

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hipertensi menjadi penyebab kematian terbesar kedua di seluruh dunia dan merupakan faktor risiko yang signifikan terhadap kesakitan atau kematian akibat kejadian penyakit kardiovaskular. Ambang batas tekanan darah sistolik >140 mmHg dan/atau >90 mmHg setelah pemeriksaan berulang (setidaknya dua kali) merupakan indikasi dari hipertensi (Pradono et al., 2020).

Secara global, World Health Organization (WHO) memperkirakan prevalensi hipertensi mencapai 33% pada tahun 2023 dan dua pertiga diantaranya berada di negara miskin dan berkembang (WHO, 2023). Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi hipertensi di Indonesia berdasarkan hasil pengukuran pada penduduk umur > 18 tahun sebesar 34,4% mengalami penurunan dibandingkan hasil RISKESDAS Tahun 2018 yaitu sebesar 39,6%. Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat, jumlah estimasi hipertensi tahun 2024 di Kabupaten Bandung terdapat diurutkan 8 yaitu dengan 102,40% (324.883 jiwa) (Dinkes, 2025). Berdasarkan laporan puskesmas di kabupaten Bandung tahun 2022, jumlah kasus hipertensi yang mendapatkan pelayanan kesehatan sesuai standar yaitu 71,66%. Angka hipertensi di Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung sebesar 16,99% sebanyak 12.300 jiwa (Dinkes, 2023).

Berdasarkan hasil Analisa di RW 05 Kelurahan Baleendah Kecamatan Baleendah didapatkan hasil 83 (50,3%) penduduk menderita hipertensi. Hal ini dapat disimpulkan bahwa kasus hipertensi pada keluarga harus mendapatkan perhatian lebih lanjut di wilayah Kabupaten Bandung, khususnya Kelurahan Baleendah

Hipertensi atau tekanan darah tinggi biasanya disebabkan oleh berbagai faktor seperti penyempitan pembuluh darah yang mengalirkan darah ke ginjal, aterosklerosis (pengurangan elastisitas dinding arteri akibat penebalan), faktor genetik, usia, jenis kelamin, stres emosional, tekanan mental, kelebihan berat badan, minimnya aktivitas fisik, serta tingginya kadar kolesterol dalam tubuh. Gejala hipertensi seringkali tidak disadari hingga timbul komplikasi yang serius. Namun pada beberapa orang, terutama yang memiliki tekanan darah sangat tinggi dapat muncul gejala yang mencolok seperti sakit kepala (khususnya di bagian belakang kepala dan biasanya dirasakan di pagi hari), pusing atau sensasi berkunang-kunang, penglihatan yang kabur, nyeri di dada, detak jantung yang tidak teratur atau berdebar, mudah merasa lelah, serta dalam beberapa kasus bisa terjadi mimisan. Konsekuensi jangka panjang dari tekanan darah tinggi akan merusak dan menata ulang pembuluh darah di seluruh tubuh termasuk yang paling terlihat di jantung, otak, ginjal, dan mata. Hipertensi yang tidak terkontrol dapat menyebabkan stroke, gagal ginjal, penyumbatan arteri koroner, dan gangguan penglihatan. Jantung juga mengembang seiring

dengan meningkatnya upaya untuk memompa darah melawan tekanan darah tinggi (Santosa, 2023).

Secara farmakologi penanganan hipertensi terdiri dari pemberian obat-obatan dengan sifat diuretik, beta-blocker, *calcium channel blocker* dan vasodilator, namun tetap mempertimbangkan lokalisasi, mekanisme kerja dan kepatuhan. Secara non-farmakologi penanganan hipertensi terdiri dari berhenti merokok, mengurangi asupan yang mengandung alkohol dengan tingkat berlebih, mengurangi konsumsi lemak dan garam, meningkatkan asupan buah sayuran, pengurangan berat badan ekstra, Latihan dan terapi komplementer adalah dua pilihan. Terapi herbal, terapi nutrisi, relaksasi progresif, meditasi, terapi tertawa, akupunktur, akupresur, aromaterapi, refleksiologi, dan hidroterapi merupakan contoh terapi komplementer (Carey et al., 2022).

Terapi non-farmakologi merupakan terapi pelengkap dalam pemberian obat atau suplemen. Dengan adanya terapi komplementer penderita hipertensi bisa menggunakan alternative sebagai tindakan kemandirian secara rutin dengan menggunakan metode yang lebih praktis dan mudah didapatkan yaitu salah contoh dari terapi non-farmakologis atau terapi komplementer adalah hidroterapi (Putri & Devi, 2022).

Hidroterapi merupakan terapi dengan cara merendam kaki hingga batas 10-15cm diatas mata kaki menggunakan air hangat. Secara ilmiah terapi merendam kaki dengan air hangat akan memperbaiki mikorsirkulasi pembuluh darah dan vasodilatasi. Efek rendam kaki menggunakan air

hangat menghasilkan energi kalor yang bersifat medilatasi pembuluh darah dan merangsang saraf yang ada pada kaki untuk mengaktifkan saraf simpatis yang menyebabkan perubahan pada tekanan darah (Puspitasari & Mulyaningsih, 2024).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Uliya & Ambarwati (2020) hidroterapi bisa memanfaatkan bahan alami yang lain seperti serai dan garam. Tubuh mendapatkan banyak manfaat dari garam karena mengandung campuran bahan kimia, terutama natrium klorida (NaCl). Ginjal akan menghilangkan cairan ekstra dan natrium dari tubuh jika kadar darah meningkat. Secara normal, tubuh dapat menjaga keseimbangan antara natrium di luar sel dan kalium di dalam sel. Kadar natrium darah dipertahankan pada tingkat yang wajar oleh hormon aldosteron. Selain itu, jika seseorang kehilangan natrium, air akan masuk ke dalam sel untuk mengencerkan natrium, sehingga menyebabkan cairan ekstraseluler turun dan mengganggu keseimbangan cairan. Tekanan darah dapat turun sebagai akibat dari proses ini. Rebusan serai (*Cymbopogon citratus*) mengandung senyawa bioaktif seperti citral, geraniol, dan flavonoid yang memiliki efek vasodilatasi (pelebaran pembuluh darah), antioksidan, dan anti-inflamasi. Ketika digunakan dalam hidroterapi (misalnya dalam rendaman air hangat), uap dan larutan serai dapat merangsang reseptor sensorik kulit dan meningkatkan pelepasan endorfin, sehingga menurunkan aktivitas sistem saraf simpatis yang biasanya dominan pada pasien hipertensi serta bermanfaat sebagai anti radang yang bersifat pedas dan hangat yang bisa

melancarkan sirkulasi darah, menghilangkan rasa sakit, ngilu sendi dan memar (Uliya & Ambarwati, 2020)

Penelitian yang dilakukan oleh Saputri & Muhlisin (2024) menunjukkan bahwa penerapan hidroterapi air hangat serai dan garam dapat menurunkan tekanan darah tinggi dalam 1 kali sehari dalam 5 hari berturut-turut terapi rendam selama 10 menit dibuktikan dengan rata-rata keempat responden mengalami penurunan rata-rata systole mengalami penurunan 10- 12 mmHg, sedangkan rata-rata diastole mengalami penurunan 9 – 10 mmHg. Hasil ini menunjukkan bahwa hidroterapi menggunakan campuran serai dan garam merupakan metode yang efektif untuk membantu menurunkan tekanan darah pada klien hipertensi. Penelitian sebelumnya juga mendukung temuan ini, dimana Sari & Aisah (2022) menyatakan rata-rata penurunan tekanan darah menggunakan hidroterapi air hangat biasa adalah 3,99 mmHg hingga 6 mmHg sedangkan hidroterapi dengan serai dan garam rata-rata adalah 10 – 12 mmHg. Hasil ini mendukung kesimpulan bahwa hidroterapi menggunakan serai dan garam efektif menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi.

Perawat memiliki peran sebagai edukator, advokat, dan pelaksana tindakan keperawatan pada klien dan keluarga dengan hipertensi. Sebagai edukator, perawat memberikan informasi kepada keluarga mengenai teknik komplementer hidroterapi, edukasi program pengobatan, dan edukasi kesehatan mengenai diet hipertensi dan tanda-tanda bahaya yang harus segera ditangani. Sebagai advokat, perawat membantu keluarga dalam

pengambilan keputusan yang berkaitan dengan perawatan agar meningkatkan peran serta fungsi keluarga dalam kesehatan. Penelitian oleh Nazaruddin et al (2021) menunjukkan bahwa edukasi intensif oleh perawat dalam meningkatkan kepatuhan keluarga dalam terapi non- farmakologis seperti hidroterapi sebesar 55,6%.

Pada kenyataannya, di lapangan pemberian terapi non- farmakologis seperti rendam kaki air hangat kepada pasien dengan penderita hipertensi masih jarang dilakukan. Terlepas dari terapi non-farmakologis ini, para penderita hipertensi mempunyai masalah-masalah yang dihadapi. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan pada 5 keluarga di RW 05 Baleendah didapatkan bahwa 2 diantaranya mengalami hipertensi tetapi tidak pernah minum obat karena akses ke fasilitas kesehatan terbatas sehingga hanya meminum obat yang dijual bebas tanpa konsultasi ke dokter serta pengetahuan kurang tentang penanganan hipertensi, 1 dari 5 keluarga tidak rutin minum obat dan diet hipertensi belum diterapkan, dan 2 dari 5 keluarga rutin minum obat antihipertensi dan menerapkan diet hipertensi. Hal ini mengindikasikan bahwa masih banyak keluarga belum mampu mengenali tanda-tanda awal penyakit, seperti gejala hipertensi, sehingga penanganan sering terlambat. Edukasi kesehatan di tingkat keluarga masih terbatas, keputusan untuk merawat sering ditunda atau tidak tepat sehingga membeli obat yang dijual bebas, serta kemampuan keluarga dalam merawat anggota yang sakit belum efektif karena kurangnya pengetahuan tentang diet hipertensi.

Oleh karena itu, berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk memberikan asuhan keperawatan pada klien dengan hipertensi agar dapat meminimalisir dampak yang ditimbulkan dari hipertensi dan tidak terjadi komplikasi yang dituangkan dalam Karya Ilmiah Akhir Komprehensif berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi dengan Pendekatan *Evidence Based Nursing* Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Kombinasi Garam dan Serai di Wilayah Puskesmas Baleendah RW 05 Kelurahan Baleendah Kabupaten Bandung”

B. Rumusan Masalah

Hipertensi memiliki prevalensi tinggi di Indonesia dengan angka kejadian mencapai 34,4%. Efek jangka panjang dari tekanan darah tinggi akan merusak dan mengacaukan pembuluh darah di seluruh tubuh, dengan mata, jantung, ginjal, dan otak yang paling terlihat. Tekanan darah tinggi yang tidak terkontrol bisa menyebabkan penglihatan kabur, penyumbatan pembuluh darah koroner, gagal ginjal, stroke. Selain terapi farmakologis, metode non-farmakologis seperti hidroterapi rendam kaki air hangat menggunakan campuran garam dan serai terbukti untuk menurunkan tekanan darah pada penderita hipertensi, sehingga menjadi pilihan intervensi yang aman dan mudah diterapkan untuk keluarga. Sehingga rumusan masalah yang muncul yaitu “Bagaimana efektivitas hidroterapi hangat garam dan serai terhadap asuhan keperawatan keluarga untuk menurunkan tekanan darah pada klien dengan hipertensi?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mampu melakukan Asuhan Keperawatan pada keluarga dengan Hipertensi secara komprehensif meliputi biologis, psikologis, sosial, dan spiritual melalui Pendekatan proses keperawatan pada keluarga Ny. Y dan keluarga Ny. N dengan hipertensi dengan pendekatan EBN hidrpterapi air hangat kombinasi garam dan serai di RW 05 Kelurahan Baleendah Kecamatan Baleendah Kab. Bandung.

2. Tujuan Khusus

Setelah melakukan asuhan keperawatan keluarga dengan hipertensi, diharapkan penulis dapat:

- a. Mampu melakukan pengkajian secara komprehensif pada kasus keluarga Ny. Y dan Ny.N dengan Hipertensi di RW 05 Kelurahan Baleendah Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung.
- b. Mampu merumuskann diagnosis keperawatan pada kasus keluarga Ny. Y dan Ny. N dengan Hipertensi di RW 05 Kelurahan Baleendah Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung.
- c. Mampu membuat perencanaan pada kasus keluarga Ny. Y dan Ny. Ndengan Hipertensi di RW 05 Kelurahan Baleendah Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung.
- d. Mampu melakukan implementasi pada kasus keluarga Ny. Y dan Ny. N dengan Hipertensi di RW 05 Kelurahan Baleendah Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung.

- e. Mampu mengevaluasi proses keperawatan pada kasus keluarga Ny. Y dan Ny. N dengan Hipertensi di RW 05 Kelurahan Baleendah Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung.
- f. Mampu menerapkan *Evidence Based Nursing*: Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Kombinasi Garam dan Serai pada kasus keluarga Ny. Y dan Ny. N dengan Hipertensi di RW 05 Kelurahan Baleendah Puskesmas Baleendah Kabupaten Bandung.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penulisan ini yaitu:

1. Manfaat Bagi Perawat

Sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP), diharapkan temuan dari upaya ilmiah terakhir ini akan menjadi panduan bagi para perawat yang memberikan perawatan hipertensi kepada keluarga untuk menurunkan tekanan darah.

2. Manfaat Bagi Puskesmas

Temuan dari karya ilmiah ini diharapkan dapat menjadi pedoman bagi Standar Operasional Prosedur (SOP) di Puskesmas dalam rangka memberikan asuhan keperawatan yang komprehensif, khususnya dalam hal penanganan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.

3. Manfaat Bagi Pendidikan

Hasil dari karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk proses pembelajaran dalam asuhan keperawatan holistik, khususnya dalam hal pengelolaan tekanan darah tinggi pada pasien hipertensi.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan Karya Ilmiah Akhir Komprehensif yang berjudul “Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Pasien Hipertensi Dengan Pendekatan *Evidence Based Nursing* Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Kombinasi Garam dan Serai di Wilayah Puskesmas Baleendah RW 05 Kelurahan Baleendah Kabupaten Bandung” ini dibagi menjadi 5 bab, yaitu:

- BAB I PENDAHULUAN, yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat penulisan, sistematika penulisan.
- BAB II TINJAUAN TEORI, yang menguraikan konsep Hipertensi berdasarkan masalah yang ditemukan pada klien, konsep EBN hidroterapi hangat garam dan serai, konsep keluarga, dan konsep dasar asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.
- BAB III TINJAUAN KASUS, meliputi pengkajian, skoring diagnosa prioritas, diagnosa keperawatan prioritas,

intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, evaluasi keperawatan. Analisa hasil dan Pembahasan.

BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN, meliputi kesimpulan akhir dari seluruh kegiatan asuhan keperawatan yang dilengkapi rekomendasi dari penulis berkaitan dengan hambatan selama melaksanakan asuhan keperawatan.